

PARAY-LE-MONIAL

BÉGUINAGE "LE VAL D'OR"



« **BIEN VIVRE À PARAY**
En toute autonomie dans
l'amitié et la bienveillance » »

PRÉAMBULE

L'expérience inspirante des béguinages médiévaux

Au XIII^e siècle, la naissance des béguinages résulte d'un concours de circonstances économiques, sociales, politiques et religieuses, proposant aux femmes veuves ou célibataires de se regrouper pour se protéger et s'entraider. En avance sur leur temps, les béguinages restent un modèle unique de structure communautaire souple, qui préserve l'autonomie de ses membres, et les garde socialement actifs.

Un projet adapté à notre temps

Le temps a passé depuis huit siècles et pourtant les béguinages semblent avoir été inventés pour notre époque. Les dangers et les défis de notre temps menacent aujourd'hui bien plus notre esprit que notre corps. L'éclatement des structures familiales, la disparition progressive de l'amitié de proximité, au village ou dans le quartier façonnent, notamment pour les personnes âgées, une société de solitude et de souffrance. Isolement, sentiment d'inutilité, d'exclusion, absence de projets, dévalorisation de soi... le déclin physique naturel s'accompagne souvent d'une grande souffrance morale.

Notre but : favoriser le « bien- vieillir » et redonner du sens à la vie

Telle que nous la proposons aujourd'hui, la vie en béguinage considère l'Homme dans toutes ses dimensions : capacités physiques, dimensions psychologiques et affectives. Il répond ainsi aux aspirations profondes et éternelles de tout un chacun : rester autonome, goûter la paix et l'amitié au quotidien, être utile aux autres, garder un sens à sa vie jusqu'au bout. C'est pourquoi c'est une solution simple et concrète pour envisager son existence autrement, en particulier sa fin de vie, en faisant place à la joie, à la solidarité, la bienveillance mutuelle, mais aussi à la capacité de décider, pour rester aux commandes de sa vie. Tous les ingrédients indispensables au « bien- vieillir » auquel nous aspirons tous.

Alors place à la vie et place aux béguinages !



Les 3 cofondateurs de Vivre en Béguinage

Thierry PREDIGNAC

Christophe BAIOTTO

Vincent BEL

LE BÉGUINAGE C'EST...

UNE AIDE À L'INCLUSION SOCIALE DES PERSONNES EN SITUATION DE FRAGILITÉ

Permettre aux résidents de rester aux commandes de leur vie, en participant à la vie de quartier

- Mise en relation avec des professionnels pour l'accès aux services et aux droits (accès aux soins, à la formation, aux loisirs, à la culture, etc.)
- Appui dans la réalisation des tâches administratives
- Soutien informatique (accès internet, etc.)

UN SOUTIEN À L'AUTONOMIE DES PERSONNES

Favoriser le maintien à domicile, pour continuer à « vivre chez soi »

- Portage de repas à domicile
- Aide ménagère
- Hospitalisation à Domicile
- Logements labellisés HS2® (Haute Sécurité Santé)
- Téléconsultation médicale

LA VEILLE ET LA SÉCURISATION DE LA VIE À DOMICILE

La veille et la sécurité sont assurées par plusieurs intervenants

- Les habitants eux-mêmes dans une logique d'attention mutuelle et du « vivre ensemble »
- La présence d'intervenants internes ou externes
- La conception architecturale du bâtiment et des logements
- Les outils techniques (télésurveillance, domotique, téléassistance, etc.)

UN SOUTIEN À LA CONVIVIALITÉ

C'est une dimension essentielle, préventive à la perte d'autonomie, au repli sur soi et au risque d'isolement et de solitude

- Organisation d'activités collectives
- Animation des espaces communs
- Intégration des familles et des proches
- Inscription dans le tissu associatif local

Se sentir utile, entretenir l'amitié,
prendre une dose de bonne humeur
se vivent naturellement au fil des jours
et des services au béguinage.



LE PROJET DE VIE

Le béguinage, un projet concret, humain et social

Les « béguinages » sont des résidences à taille humaine qui proposent aux « seniors » une alternative aux maisons de retraite traditionnelles, en leur permettant de rester « chez eux », dans un vrai appartement T2 ou T3 tout en bénéficiant d'espaces partagés (salle polyvalente, buanderie, atelier, potager, etc.).

L'utilité sociale de l'activité s'exprime par le fait que les béguinages proposent aux seniors une solution réaliste pour envisager autrement leur vie de retraité, en particulier lorsque l'âge accroît la fragilité, les risques de solitude et l'exclusion. Lieux de bienveillance, de solidarité et d'interdépendance, les béguinages proposent un projet de vie concret pour « bien-vieillir ».

Une réponse réelle à de nombreux besoins socio-économiques

► Lutter contre la solitude

Le béguinage va aider à lutter contre la solitude, qui est réellement l'un des fléaux de notre temps. L'éclatement des structures familiales, la disparition de la vie de village ou de quartier ont fait émerger une société de solitude et de souffrance, en particulier pour les personnes âgées, qui peuvent ressentir un isolement, un sentiment d'inutilité ou d'exclusion, une dévalorisation de soi...

► Vivre une forte dimension relationnelle

Bien au-delà d'un simple rempart contre l'isolement, le béguinage permet de veiller les uns sur les autres, s'entraider, faire les courses pour celui qui est malade ou temporairement handicapé, c'est entrer dans une relation fraternelle, faite de service et d'attention, qui développe la « socialisation » à l'intérieur même de la résidence.

► Rester aux commandes de sa vie

En vieillissant, pouvoir conserver la maîtrise et la responsabilité des événements que l'on vit est fondamental. Pour cela il faut vivre dans un environnement stimulant : Vivre, c'est agir... Le concept de vie au béguinage privilégie la prise d'initiatives par les béguins pour l'organisation de la vie quotidienne, de moments de convivialité, d'activités collectives ; chacun restant libre d'y participer ou pas en fonction de ses capacités physiques et de ses envies.

► Une ouverture à l'autre et sur l'extérieur

En plus de sortir les personnes âgées de l'isolement, le béguinage incite à être attentif à l'autre, à l'intérieur, on l'a vu, mais aussi à l'extérieur. Grâce aux projets de partenariats avec des associations, écoles, les résidents continuent de s'investir à leur rythme dans les activités et les services qui les motivent. Une activité stimulante, pour un public pouvant ressentir un sentiment d'inutilité et de dévalorisation de soi, dans un vrai contexte d'utilité sociale.

Des services, des espaces à partager, pour faciliter et embellir la vie

La conception architecturale du béguinage « le Val d'Or » allie convivialité et confort moderne. Un patio central paysagé s'entoure de 20 maisonnettes de type 2 ou 3 qui jouissent également d'un jardin privatif. Le confort des logements meublés avec cuisine équipée et électroménagers est agrémenté de services qui facilitent la vie des résidents :

- ✓ Présence d'un gardien pour les accueillir ainsi que les visiteurs
- ✓ Fourniture de linge de lit et de toilette selon l'occupation du logement
- ✓ Prestation mensuelle de « gros ménage » par une entreprise spécialisée
- ✓ Nettoyage, entretien des espaces communs et espaces verts
- ✓ Maintenance des équipements
- ✓ Fourniture d'eau privée.

Chacun bénéficie de l'accès aux espaces collectifs qui permettent le « vivre-ensemble » : salle polyvalente, salon TV, bibliothèque, terrain de

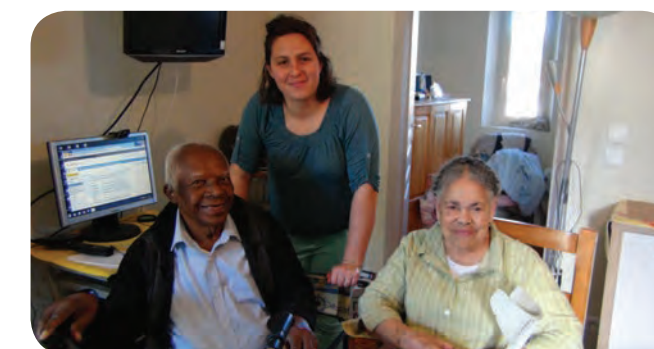
pétanque, et qui offrent des moments de convivialité dont nous savons l'importance.

Le béguinage propose encore d'autres services à la carte, en fonction des besoins de chacun, facturés à la demande : aide-ménagère, blanchisserie, portage des repas, livraison de courses à domicile, aide administrative, etc.

► Votre forfait loyer :

T2 neuf de 43 m² + 1 place de parking :
à partir de **650€ TTC/mois.**

T3 neuf de 62 m² + 1 place de parking :
à partir de **775€ TTC/mois.**



Gérard, Yvette et Dany
font partie des cofondateurs
du premier béguinage.

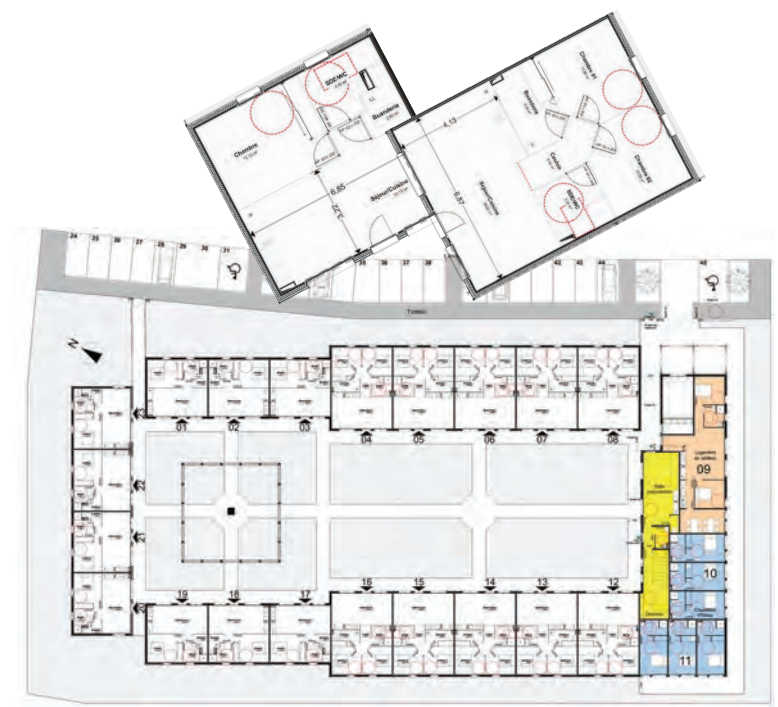
BÉGUINAGE LE VAL D'OR

Remise des clés
2^e trimestre 2020



- 20 logements de plain pied
- 10 logements de type T2 à partir de 43 m²
- 10 logements de type T3 à partir de 62 m²
- 1 logement pour le veilleur
- 21 places de stationnement
- 1 salle polyvalente/foyer
- 1 salon d'accueil
- 6 chambres d'hôtes
- Forfait loyer à partir de 650 € TTC pour un T2
- Forfait loyer à partir de 775 € TTC pour un T3

➤ Situé dans le quartier des Miquets sur le chemin Saint-Vincent.
 ➤ À quelques minutes du centre-ville et de la basilique du Sacré-Cœur.
 ➤ Le béguinage allie le parfait équilibre entre la part des espaces privés et espaces partagés.
 ➤ De plus, sa disposition en quadrilatère clos lui confère une apaisante sécurité.



En groupe ou en entretien individuel,
l'accompagnateur est le gardien
du « bien-vivre » ensemble.

LA VIE QUOTIDIENNE AU BÉGUINAGE

1 • Une vie citoyenne, pour se sentir utile

S'il offre des conditions de vie paisible, où le résident trouvera le calme et la sérénité, le béguinage ne doit pas être un lieu clos qui l'isolera du reste du monde. Pour le retraité, il est vital de continuer à « donner de soi », dans la mesure de ses capacités, en particulier dans la vie associative, pour demeurer dans une dynamique de vie positive.

Au béguinage, nous avons choisi de favoriser ces engagements. Les besoins ne manquent pas : alphabétisation, visite de malades, de personnes handicapées, aide pour effectuer des démarches sur Internet, permanences téléphoniques, tri de vêtements ou de nourriture, engagement dans des écoles primaires...

Cet engagement social actif est très bénéfique pour le retraité, car il lui permet de conserver de bonnes capacités d'adaptation, d'entretenir des relations de qualité, de rester engagé dans la société, et de donner un sens à sa vie.



Les occasions ne manquent pas de rendre service dans la mesure et les capacités de chacun(e).

2 • Un projet de vie rédigé dans une charte

La Charte est la véritable référence, la « feuille de route » du projet, et chacun peut y revenir et s'y replonger quand on se trouve devant une question ou un choix.

Quelques extraits d'une Charte

« Un béguinage est une résidence à taille humaine où l'on vient vivre et vieillir ensemble. Les béguins et béguines ont avant tout le désir de garder la responsabilité de leur vie le plus longtemps possible. »

« La vie en béguinage veut être un temps heureux pour tous, choisi librement, vécu dans la recherche

d'un nouveau mode de relation, dans le respect des sensibilités et du cheminement de chacun. »

« Un de nos objectifs fondamentaux est de nous accompagner les uns les autres, le plus longtemps possible. Cela est possible grâce à des relations d'amitié, faites de bienveillance, d'attention à l'autre, en particulier dans la faiblesse et la maladie. »

« Ce projet permet à chacun de préparer ses vieux jours au béguinage, d'y rester tant qu'il le désire. »

3 • Soins et hospitalisation : priorité au domicile

L'épreuve de la maladie et de l'hospitalisation est toujours douloureuse pour les seniors. Bien souvent, les centres hospitaliers sont érigés en périphérie des villes. La personne hospitalisée va souvent se sentir en situation très inconfortable,

arrachée à son environnement familial. Ses proches vont éprouver des difficultés à lui rendre visite, accentuant son sentiment de solitude, voire d'abandon si le séjour se prolonge. Or, nous le savons, le sentiment de solitude voire d'abandon

est un des principaux facteurs de dépression et d'aggravation des maladies chez la personne âgée. À contrario, le fait de rester dans un environnement familial, rassurant, est un facteur décisif de bonne santé morale ET physique. C'est

pourquoi nous avons fait le choix de donner une absolue priorité aux soins à domicile, et surtout à avoir recours aux services hospitaliers HAD (Hospitalisation à domicile).

4 • La téléconsultation médicale : la médecine de l'avenir

Grâce à l'installation d'un matériel spécialisé, le béguinage permet de réaliser des consultations entre un professionnel médical « téléconsultant » et un patient accompagné ou non par un professionnel de santé. Un outil extrêmement précieux dans le contexte actuel de la raréfaction du personnel de santé et de médecins.

Nota : ce matériel peut aussi être utilisé par des personnes extérieures au béguinage, ce qui facilite et justifie son intégration dans un quartier.



5 • Un accompagnement continu

Afin de favoriser la bonne installation de chacun, et la réussite du projet de vie, nous proposons à l'ensemble des résidents du béguinage un parcours d'accompagnement.

Trois phases principales composent ce parcours :

- ✓ Dans l'année qui précède l'ouverture du béguinage, chaque résident participe aux rencontres qui permettent de s'approprier la charte de vie, et de recevoir une véritable formation aux codes du « bien-vivre ensemble ».

✓ À l'installation, le « veilleur-gardien » du béguinage est là pour faciliter l'emménagement de chacun.

✓ Enfin, tout au long de la vie du béguinage, « l'accompagnateur » participe aux réunions mensuelles des béguins et contribue à entretenir au sein du groupe des relations harmonieuses et sereines.

Deux personnes principales veillent sur cet accompagnement :

✓ Le « veilleur », qui assure la sécurité des biens et des personnes, effectue des travaux d'entretien, est à l'écoute de tous les petits tracas quotidiens.

✓ « L'accompagnateur », dans un rôle de modérateur, de soutien à la convivialité, de gardien du « bien-vivre ensemble ».

Le veilleur assure la sécurité des biens et des personnes.



L'ASSOCIATION VIVRE EN BÉGUINAGE

Dépositaire du projet de vie

L'association est le gardien du projet béguinal, valide les chartes de vie, assure la maîtrise d'usage des béguinages et pilote l'accompagnement des résidents dans leur « vivre ensemble ».

Avant la remise des clés

- ➔ Elle organise les **après-midis du vivre ensemble** et les **réunions** d'appropriation de la charte de vie.
- ➔ Dépositaire des « **chartes des vie** », elle en **garantit le respect**.
- ➔ Elle organise avec la CRH et le veilleur, les **conditions et le confort de vie** des résidents (relation HAD, relations CLIC, relation élus des collectivités territoriales, transport...).

Après la remise des clés

- ➔ Elle organise l'**accompagnement humain** en continu.
- ➔ Elle organise l'**inclusion sociale** dans la vie de quartier ou le milieu associatif.
- ➔ Elle aide à l'**Hospitalisation à Domicile (HAD)** avec les unités de soins locales.
- ➔ Elle organise la **formation continue** des veilleurs et des accompagnateurs bénévoles.
- ➔ Elle gère les éventuelles **difficultés** par la **conciliation, la médiation**.
- ➔ Elle prend en charge le coût du veilleur, salarié de l'association.

L'adhésion à l'association

L'adhésion à l'association **Vivre en Béguinage** est une obligation pour pouvoir déposer un dossier de pré-réservation, préalable à l'entrée dans un béguinage.

Adhésion obligatoire avant dépôt dossier de pré-réservation

Droit d'entrée **99 €**
Couple **179 €**

La cotisation mensuelle

À la remise des clés, le locataire s'acquittera d'une cotisation mensuelle auprès de l'association.

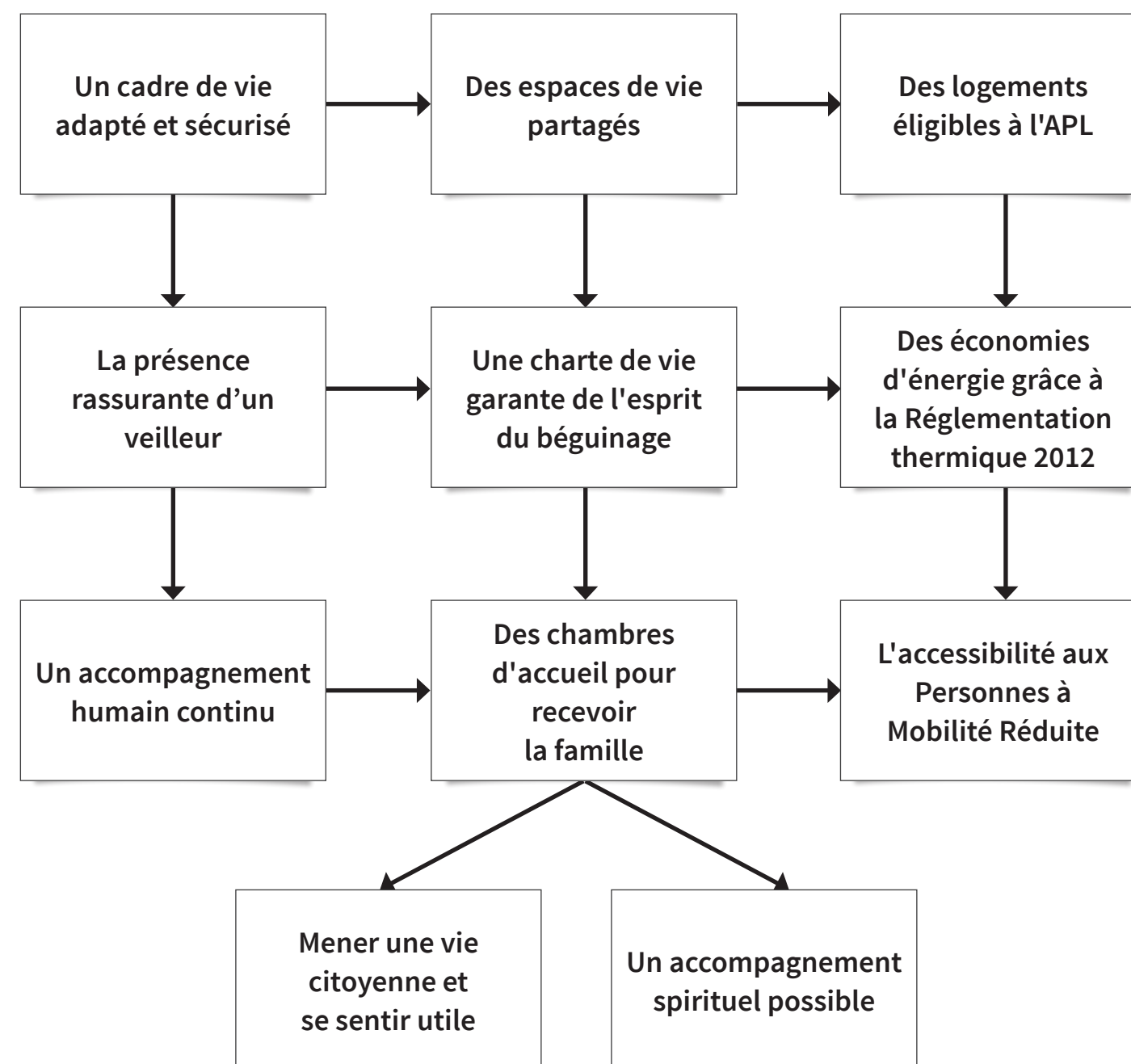
Personne seule **39 €/mois**

Couple **59 €/mois**

« Vivre en Béguinage » est une association loi 1901, créée en 2017, enregistrée en Préfecture des Pyrénées-Orientales sous le numéro w662008288.

Le projet de vie favorise une belle convivialité.

LES MULTIPLES BIENFAITS DU BEGUINAGE





PLUS D'INFORMATIONS...

Contactez Catherine au :

04 11 81 61 20 ou par mail catherine@beguinage.net



Immeuble "Kennedy Conseil" - 2, boulevard Kennedy - 66100 Perpignan
Tél. 04 11 81 61 20 • contact@beguinage.net
www.vivre-en-beguinage.fr